

# 大学における体育・スポーツ系課外活動に関する研究の諸課題

—— 高等教育機関における課外活動の研究 I ——

About the various problem over the research of  
the extracurricular activities of sports in university

—— Study of the extracurricular activities in

institutions of higher educations I ——

大束貢生・新矢昌昭・湯川宗紀・富川 拓・  
長光太志・平田 毅・山 幸代

## 要 旨

この小論の目的は、日本の高等教育機関における体育・スポーツ系課外活動に対する研究を概観し課題を探ることにある。先行研究のまとめから①心理面の研究では、体育・スポーツ系課外活動は不安の軽減、忍耐力、責任感、積極性、自己実現意欲、競争意欲、判断力、団結心、協調性、集中力といった心理的対処能力を身につける場として機能していると捉えられている。②実践の要因の研究では、現在の体育・スポーツ系課外活動の実践は実践する個々人の過去から未来へのライフコースの中での情報・施設などによって左右され、実践は現在の満足感とつながり、その人の未来のスポーツ行動の予測が可能であることが示唆されている。

キーワード：課外活動、大学・短期大学、教育効果

## 1. 問題の所在

この小論の目的は、日本の高等教育機関における体育・スポーツ系課外活動に対する研究を概観し課題を探ることにある。

大学・短期大学（以下大学）などの高等教育機関において、課外活動は単位修得を目的とする正課教育活動と並び、学生の学びにおいて重要であると考えられている。こうした課外活動は従来クラブやサークル・同好会といった学生の自主的な活動と捉えられてきた。加えて、最近の大学を取り巻く変化により地域連携や高大

連携、企業との連携といった大学外と大学との連携、つまり社会との連携が大学の社会貢献として重要であるとされるようになり、そうした連携に学生を巻き込む形でインターンシップ・サービスマーケティング・ボランティアが正課外で行われる状況にある。一連のこうした活動は単位履修と関係のない取り組みとして課外活動ととらえることができる。すなわち、今日の大学内で行われている課外活動とは「従来型課外活動」と「社会連携型課外活動」の二種類が混在し展開されていると言える。

こうした課外活動も大学において行われている以上、学生に何らかの形で肯定的な学修、あ

るいは効果・影響が必要とされるであろう。正課教育活動であれば大学設置基準等により厳密に単位取得の方法が決定されており教育効果も形式的には厳格に評価されている。対して、課外活動はどうであろうか。「従来型課外活動」は顧問などの形で教職員の指導がなされているとはいえ、学生の自主的な活動として学生任せの運営がなされており、課外活動で何を学んでいるのかについて客観的な評価があまりなされていないようである。また「社会連携型課外活動」も教職員の関与があいまいでありシステム化されたプログラムに基づいて行われているものは少なく、客観的な評価がなされているものは少ない。さらに課外活動と正課教育活動での学びが重要であるならば、相互の連携はどのような価値を創出しているのだろうか。

本論では以上の問題関心に基づき、これまでの課外活動研究、特に従来型課外活動である体育・スポーツ系課外活動の先行研究を概観し、そこから今後の研究の課題を探っていきたい。

## 2. 先行研究の整理

体育・スポーツ系課外活動の研究には、さまざまな領域の研究が存在している。以下では生理学や運動工学の領域、例えば徳永・吉川・多々納・小室（1981）などのトレーニング方法の効果などの研究を除き、課外活動での学びに関係すると考えられる研究をまとめた。

### 2.1. 体育・スポーツ系課外活動の実践による心理面での優位性

「コンディショニング・心理」関係の先行研究では各種検査や質問紙を用いた分析が散見され、スポーツ選手の気分の変化、心理的要因、性格特性、心理的対処能力に関する検討が行われている。

徳永・橋本・高柳（1995）は体育・スポーツ系課外活動経験が日常生活における種々の課題

やストレスへの心理的対処能力にどのように影響をおよぼしているかを考察するため小学校時代から大学までのスポーツクラブ経験、スポーツクラブ所属の継続性、スポーツクラブでの運動量および運動の好き嫌いと日常生活における心理的対処能力の関係を「心理的競技能力診断検査」を用いて講義中に調査を行った。

その結果、スポーツクラブ経験の有無では女子にはどの年代においても顕著な差は認められなかったが、男子では小学校時代と大学での所属の有無に顕著な差がみられた。スポーツクラブ経験者は忍耐力、積極性、自己実現意欲、競争意欲、協調性が優れ、所属経験がさらに長くなるほど忍耐力、積極性、自己実現意欲、競争意欲、判断力にも優れた傾向がみられた。

次に、スポーツクラブでの運動量との関係においては小学校時代での運動量にのみ顕著な差がみられ、運動量の多い者ほど忍耐力、自己実現意欲、競争意欲、自己コントロール能力、リラクセス能力、自信、協調性に優れていることが示された。また、運動の好き嫌いでは男女とも運動に好意的態度を示す者ほど、忍耐力、積極性、自己実現意欲、競争意欲、自信で顕著な差が認められ、男子では自己コントロール能力、リラクセス能力、集中力、自信、決断力、判断力でも優れ、顕著な差が認められた。

これらのことから、スポーツクラブ経験が日常生活の心理的対処能力に最も影響を及ぼしている条件として、小学校という早い時期に経験し、しかも運動量も多いこと、小学校から長期間経験し、なおかつ、大学でも経験していること、過去の体験から形成されている運動に対する好意的態度をあげている。

千葉・海老原（1997）は大学のスポーツクラブ参加者の日常生活での種々の課題やストレスへの心理的対処能力に、種目パターン、スポーツキャリア、スポーツ歴や過去の運動量による差異があるかについて大学の体育会員を対象とした質問紙調査を実施している。結果、運動量

の多い競技を行っていた人ほど現在の心理的対処能力が優れていた。また人格形成の上で半数以上の人「忍耐力・責任感・団結心・協調性・集中力」などの心理的対処能力が身についたと回答しているという。

つまり、体育・スポーツ系課外活動は不安の軽減、忍耐力、責任感、積極性、自己実現意欲、競争意欲、判断力、団結心、協調性、集中力といった心理的対処能力を身につける場として機能していると捉えられている。

## 2.2. 体育・スポーツ系課外活動の実践の要因

次に、体育・スポーツ系課外活動の「社会学」的研究として考えられている先行研究について以下にまとめたい。

多々納(1981)は、体力を従来の生理学心理学的対象とするのではなく、社会学的分析対象としている。つまり、体力が現実生活の中でいかに形成されるのか、いかなる生活目的のために機能するのか、体力変化は生活意識や生活形態にいかなる変化をもたらすのか、逆に生活形態と生活変化などはいかなる体力変化をもたらすのか、については社会学的なアプローチが要請される問題であるとする。このため学生に体力テスト・質問紙調査を行っている。結果、過去のスポーツ経験や、睡眠、体力に対する自信などが現在の体力度と高い関係があることが示唆された。

金崎・多々納・徳永・橋本(1982)はスポーツに関わる要因のみを説明変数として学生のスポーツ行動をどの程度説明でき、どのような変数が高い規定力があるのか、諸変数間の構造はどのようなものかを検討した。そのため体育・スポーツ系課外活動が、「スポーツ関与・意識」「過去のスポーツ条件」「現在のスポーツ条件」「家族のスポーツ経験」「過去の重要な他者」「現在の重要な他者」からどのように説明されるかを検討している。

結果として①男女とも課外活動を実施している人はスポーツとの関わりが深く、スポーツに対する意識も好意的である。これは女子より男子に著しい。スポーツ実施の条件は、男子の場合、過去現在も実施群のほうが恵まれている。女子の場合、現在の条件のみ恵まれている者が実施群に多い。重要な他者については、男子は過去現在に家族や友人、教師、近所の人からスポーツの奨励を受けた者が実施群に多い。女子も同じ傾向だが男子ほどではない。

②男子は特に「現在のクラブ所属」「体育の好悪」「現在クラブ・グループ」、女子は「現在クラブ所属」「現在スポーツ知識、技能」「大会参加経験」の相関が高い。これらは実施非実施群に影響を与える要因となっている。

③男子は「TV スポーツ番組」「過去母のスポーツ経験」「現在父のスポーツ経験」「現在母のスポーツ経験」「過去父のスポーツ経験」「現在母のスポーツ奨励」「現在スポーツの時間的余裕」「過去教師のスポーツ奨励」、女子は「現在クラブ所属」「体育の嫌悪」「TVスポーツ番組」「新聞スポーツ欄」「現在教師のスポーツ奨励」「現在母のスポーツ奨励」「過去近所の人のスポーツ奨励」などの変数が有意に高い。

④男子は、母のスポーツ奨励が「非常にあった」、TV スポーツ番組「見ない」「あまり見ない」、現在母のスポーツ経験「している」「あまりしていない」、現在スポーツクラブ「所属している」などのカテゴリーが実施群に大きく作用し、女子は現在クラブ「所属している」、現在スポーツ知識・技能「恵まれている」、体育「過去嫌い現在好き」、現在母のスポーツ経験「している」が実施群に寄与している。

このように、金崎・多々納の研究は、特に学生のスポーツ実施・非実施と外的条件に焦点を当てている。つまり社会学的要因は、学生のスポーツ実施・非実施に直接的・間接的な影響を与えているといえる。したがって現在の体育・スポーツ系課外活動の実践は過去のライフコー

スによって規定されていることが示されている。

辻（1983）は自宅生と下宿生を対象にした運動クラブ練習時の生活時間の調査結果から、自宅生と下宿生の生活時間を比較検討している。結果として、スポーツ活動時間が、自宅生では通学時間と負の相関、下宿生では娯楽時間と負の相関となっている。すなわち自宅生と下宿生ではかなり異なっていると述べ、単に個々の生活時間の平均を比較するのみではなく、あらゆる生活時間を総括的に比較する必要があると思われる」と述べる。

徳永・金崎・多々納・橋本・菊（1989）はスポーツに関わる行動・行動意図・意識の相互関係・スポーツの継続性を予測するパターンの作成・継続性に影響する要因の分析・継続性と健康度の関係の分析を行っている。大学の1年生の男子理科系学生を対象とする「スポーツ行動診断検査」、「スポーツ行動についての調査」、「健康度診断検査」の結果をもとに分析している。

結果「スポーツに関わる行動」「行動意図」「スポーツ意識」という3変数の間の顕著な相関関係が確認された。つまり、これら3変数によって作成されたパターンによって、スポーツ行動の継続性を予測できるとした。また、スポーツの継続性には行動意図・スポーツクラブ所属・スポーツ意識の型が最も関係していること、スポーツの継続的実施者は非継続者と比較して、健康度の「いきがい」尺度で最も顕著に高い評価であることを確認している。以上の結果から、スポーツ行動診断検査を実施することにより、スポーツ行動の継続性の予測、継続性についての問題の所在、継続性の効用などの指導・助言ができると主張した。

小泉・今村（1994）は体育・スポーツ系課外活動の所属経験が職場の人間関係に及ぼす影響を保健体育科教師と国語課教師で比較している。結果は保健体育教師の方が実態・意識両方において上下関係を重要視している傾向があり、大

学時の所属クラブの上下関係の厳格さは、職場の上下関係に対する意識にそのまま反映されていることが明らかになった。

並河（1994）は、大学生運動生活の状況の把握、つまり自己の生活の中にスポーツ、運動がどのように取り入れているのか、年次的な変化を含めて調査分析している。研究方法は、大学生の正課を除いた各種球技大会などのプログラムサービス、体育系クラブ・同好会などのクラブサービス、運動施設利用などのエリアサービスにアンケート調査を1986年から1991年の間に医学部と教育学部の学生対象に実施したものである。

調査結果から学生の運動クラブサービスへの加入率は年次ごとに高くなる傾向がみられた。大学の課外活動全般は低くなる傾向にあるが、医学部の運動クラブ加入率は高い傾向を示し、教育学部の運動クラブ加入率は低い水準であるが若干の上昇がみられた。この原因は、医学部の学生が「体力をつくれる」と教育学部の学生に比べ多く回答していることにある。次に年次的にみるとプログラムサービスへの参加率は減少傾向にある。ただし、その中でも教育学部は医学部よりも高い参加傾向を示した。以上のことから、医学部は高い運動欲求を満たしてくれるクラブサービスを好み、教育学部は、スポーツを人と人とのふれあいの場として捉えらる傾向があると推測される。さらにエリアサービスはかなり高い水準を示した。しかし、大学内における運動施設に対しての不満が半数にも及んだ。この背景には、自由に施設を使えない、運動に必要な用具がないなどといった理由から、運動に対する欲求をもっているが、実施に至らない学生が多く存在していると推測される。

1998年から1999年にかけて広島市立大学の荒井を中心に「大学生のクラブ・サークルの教育的・社会的効果の研究」、つまり①社会人と学生の意識比較（荒井・曾根・山口・迫 1998）、①と同時に進行した②体育系文化系の違いによ



る比較（迫・荒井・曾根・山口 1998），①，②の翌年に行われた③クラブとサークルの違いによる比較（迫・荒井 1999）がなされている。

社会人と学生の意識比較（荒井・曾根・山口・迫 1998）では，学校制度の中でのクラブ・サークルの位置づけの再確認，学生の居場所について，体育会系クラブの再生の可能性が研究目的とされている。調査結果より，クラブ・サークル活動参加者の方が満足度が高い。次に大学生生活の居場所の一位が社会人では「クラブハウス・学生会館」であったのに対し，現役学生は「自分の部屋」へと変化してきている。また大学生生活の中でよくつきあった人間として社会人と現役学生を比較した結果，両方とも一位が「クラブの友人」，二位が「クラスの友人」であるが，社会人は「クラブの友人」が6割を占め，現役学生はそれぞれ2割台であり，現役学生の場合よくつきあう相手が分散していることがわかる。最後に，現役学生に限りクラブ・サークル活動参加者と不参加者に対して大学生生活の満足度を尋ねたところクラブ・サークル活動参加者の方が不参加者よりも大学生生活に満足していることがわかった。

体育系文化系の違いによる比較（迫・荒井・曾根・山口 1998）では，クラブ・サークル活動において体育系，文化系というタイプの間にはそれほど違いは認められないことが明らかとなった。クラブ・サークルなどの比較（迫・荒井 1999）では，スポーツ，文化，スポーツ&文化の分類に加えてフォーマル（いわゆるクラブ・部活動），インフォーマル（同好会・サークル），フリー（個人・友人と自由に行う文化・スポーツ活動）の三タイプが追加されて調査された。

結果，まず，高校と現在（大学）のタイプ別加入率は高校時代ではフォーマルタイプへの加入率が59.3%と非常に高いのに対して大学でのフォーマルタイプへの加入率は24.3%と低く，ほとんど活動していない人の割合が27.0%から

49.7%と増加していることがわかった。次に大学での活動参加者が活動において感じる不安・退屈を訪ねたところ，退屈に関してはフォーマル，インフォーマル，フリーにさほど差はないが，不安を感じる割合がフォーマル・45.1%，インフォーマル・34.7%，フリー・22.7%と制度化された集団の方が不安を感じていることがわかった。最後に大学での活動参加者に尋ねた，活動への評価（満足・不満）と活動への不安・退屈のクロス集計では満足と答えた人は不安・退屈の認知度は低いというもっともな結果が明らかにされている。

黒柳（2006）は女子学生の形態（身長，体重，BMI）と体力指標（握力，背筋力，立ち幅跳び，上体起こし，長座体前屈，反復横とび）を全国女子と比較し，その特徴を調べるとともに，青年期における体格・体力への影響を検討することを目的として運動クラブ活動経験者と未経験者を比較している。また，体力を必要とする職業（栄養士，保育士，看護師）を志す学生と，余り必要としない職業を志す学生とを比較している。

結果，形態については，栄養士と保育士を目指す学生との身長の比較に有意差が認められる以外は差がない。体力については運動クラブ経験者が，背筋力，立ち幅跳び，を除く4種で高値であった。取得予定資格の比較については，形態，体力とも差を認めることができなかった。以上から，在籍時運動系サークルに所属していた保育士は，就職後も継続する傾向が強い。看護師は，体力的に負担の多い職業であることから，就職後も健康レベルを低下させないことが重要とし，運動を実行する時間の確保と運動内容の充実の指導を進めていきたいとしている。

山内（2007）は，中高校の部活動所属の違いによって現在の余暇生活に影響があるのかを考察するため，講義中に「余暇生活診断テスト」を行っている。結果，実態として部活動所属経験は中学生時の所属率は98.9%・180人（体育

系142人・78%, 文化系38人・21%), 高校生時の所属率は73.6%・134人(体育系73人・78%, 文化系61人・21%)であり, 中高で経験した活動を余暇生活時間で行っていないと答えた者は全体の40.6%, たまに行うと答えた者は31.7%, 部活動の余暇生活における有益さを感じている者は124人(73%)であることがわかった。また余暇生活診断テストの結果, 中学高校時代での部活所属者は無所属者に比べて平均値が高い傾向にあり, 余暇生活に対して, 特に体育会系で, 自由で充実している傾向が見られた。また大学, 地域グループに所属しているグループは非活動グループより余暇生活の充実度や自由度が高い傾向が見られたが, すべてにおいて有意差は無いが, 部活動の経験を現在余暇活動として実施している学生が非実施グループよりも有意に平均値が高いことがわかった。

まとめると, 現在の体育・スポーツ系課外活動の実践は実践する個々人の過去から未来へのライフコースの中での情報・施設などによって左右され, 実践は現在の満足感とつながり, その人の未来のスポーツ行動の予測が可能であることが示唆されている。

### 3. まとめに代えて

この小論の目的は, 高等教育機関における課外活動に対する研究について概観し課題を探ることにある。先行研究のまとめから①体育・スポーツ系課外活動実践による心理面の研究では, 体育・スポーツ系課外活動は不安の軽減, 忍耐力, 責任感, 積極性, 自己実現意欲, 競争意欲, 判断力, 団結心, 協調性, 集中力といった心理的対処能力を身につける場として機能していると捉えられている(以上2.1.)。②体育・スポーツ系課外活動の実践の要因の研究では, 現在の体育・スポーツ系課外活動の実践は実践する個々人の過去から未来へのライフコースの中での情報・施設などによって左右され, 実践は現在の

満足感とつながり, その人の未来のスポーツ行動の予測が可能であることが示唆される(以上2.2.)。

先行研究のまとめから体育・スポーツ系課外活動にはさまざまな効果が認められているが, こうした効果が当該課外活動によるどのような経験によって得られたのか, 課外活動はすべてこうした効果を生むものなのか, 特に教職員の指導の程度によってどう異なるのか, についてははっきりとした研究がないようである。さらには課外活動と正課教育活動はどのように関連を持っているのか, こうした効果は高等教育機関としての大学・短期大学の教育研究としてどのような意味を持つのかについても研究はないようである。したがって今後はこうした先行研究を踏まえつつインタビューやアンケートによる分析により, 体育・スポーツ系課外活動実践者と教職員の相互関係, 体育・スポーツ系課外活動と正課教育活動との関連性についてより詳細な分析を行っていきたい。

### 文 献

- 荒井貞光・曾根幹子・山口光明・迫俊道, 1998, 「大学生のクラブ・サークルの教育的・社会的効果の研究(1) 社会人と学生の意識比較から」『日本体育学会大会号』49, 172.
- 千葉直樹・海老原修, 1997, 「異なるスポーツクラブ参加パターンが日常生活の心理的対処能力に及ぼす影響」『日本体育学会大会号』48, 185.
- 金崎良三・多々納秀雄・徳永幹雄・橋本公雄, 1982, 「学生のスポーツ行動の規定要因に関する研究(3)」『健康科学』4, 77-89.
- 小泉綾・今村修, 1994, 「競技スポーツクラブの所属経験が職場の人間関係に及ぼす影響: 保健体育科教師と国語科教師の比較」『日本体育学会大会号45』, 655.
- 黒柳淳, 2006, 「女子短期大学生の身体的・体力的特徴」『一宮女子短期大学紀要』45, 185-190.
- 並河寛, 1994, 「大学体育経営に関する研究: 大学生の運動生活について」『琉球大学教育学部紀要第一部・第二部』45, 311-320.
- 多々納秀雄, 1981, 「体力の社会的規定要因に関する考察」『健康科学』3, 37-53.

- 徳永幹雄・吉川和利・多々納秀雄・小室史恵,  
1981,「九州大学教養部学生の体力及びスポーツ行動」『健康科学』3, 153-164.
- ・金崎良三・多々納秀雄・橋本公雄・菊幸一, 1989,「スポーツ行動の継続化とその要因に関する研究(2):大学生の場合」『健康科学』11, 87-98.
- ・橋本公雄・高柳茂美, 1995,「スポーツクラブ経験が日常生活の心理的対処能力に及ぼす影響」『健康科学』17, 59-68.
- 迫俊道・荒井貞光・曾根幹子・山口光明, 1998,「大学生のクラブ・サークルの教育的・社会的効果の研究2) タイプの違いの比較から」『日本体育学会大会号』49, 173.
- ・荒井貞光, 1999,「大学生のクラブ・サークルの教育的・社会的効果の研究(3)」『日本体育学会大会号』50, 277.
- 辻忠, 1983,「運動クラブ練習時の生活時間構造について」『体力科学』32(6), 603.
- 山内健次, 2007,「課外活動の経験が余暇生活に及ぼす影響の考察」『佐野短期大学研究紀要』18, 193-205.

<追記>

この小論は平成23年度佛教大学特別研究助成の研究成果の一部である。この論考をまとめるに際して、大東ゼミ生である稲守満咲さん、梅島哲平さん、折戸萌美さん、高橋真人さんに協力を頂いた。ここに感謝の念を表したい。

- (おおつか たかお  
佛教大学社会学部准教授)
- (しんや まさあき  
華頂短期大学歴史文化学科准教授)
- (ゆかわ むねき  
佛教大学社会学部兼任講師)
- (とみかわ たく  
聖泉大学人間学部准教授)
- (ながみつ たいし  
佛教大学社会学部兼任講師)
- (ひらた たけし  
九州情報大学経営情報学部准教授)
- (やま さちよ  
佛教大学大学院修士課程)